

Produit et transformé sur le territoire du Parc, le pain du Luberon est fabriqué avec de la farine de blé Meunier d'Apt. Il est riche en fibres alimentaires, sels minéraux et vitamines, et pauvre en gluten. Le blé Meunier d'Apt est au cœur d'une filière locale de production qui, du champ au fournil, regroupe des agriculteurs, un minotier, des boulangers et des citoyens. La farine et le pain au blé Meunier d'Apt portent la marque "Valeurs Parc naturel régional du Luberon" et ont été inscrits dans l'arche du goût de Slowfood.

Valeur nutritive et qualités nutritionnelles

La farine utilisée pour la fabrication du pain du Luberon est composée d'un mélange de variétés anciennes de blé, préparé par le moulin ou directement par le boulanger. Cette farine comporte au minimum 55% de blé meunier d'Apt et du blé Florence Aurore, ou du Khorasan, ou du Rouge de Bordeaux.

Le savoir-faire du boulanger permet la réalisation d'un pain santé qui assure en partie la couverture des besoins en fibres alimentaires et magnésium.

Certains boulangers préconisent une fabrication en fermentation lente, de préférence au levain, pour garantir tous les arômes et les qualités nutritives du pain.

Des pains et pâtisseries à haute valeur nutritive et recommandés pour les intolérants au gluten

Complets ou semi-complets, les pains du Luberon sont riches en fibres et en magnésium, exempts d'additifs. Ils sont donc recommandés pour la couverture des besoins alimentaires.

Les variétés modernes de blé sont faciles à travailler mais plus riches en gluten, ce qui peut générer des allergies. L'analyse des protéines des farines montre que le gluten contenu dans les variétés anciennes, comme le blé Meunier d'Apt, est plus facile à digérer et serait mieux supporté par les intolérants au gluten.



pain_luberon_c_pnrl_jeremie_haye
Pain du Luberon au blé Meunier d'Apt (PNRL-Jérémie Haye)

Un pain du Luberon à partir de céréales locales : la renaissance du blé Meunier d'Apt

En 1985, des semences de blé Meunier d'Apt sont retrouvées chez un agriculteur du Luberon. Le Parc du Luberon et l'association Agribio 04 lancent alors une dynamique autour de la relance des variétés anciennes de blé : Meunier d'Apt, Florence Aurore, Saissette de Provence, Rouge de Bordeaux, Khorasan (kamut).

En 2007, une filière locale blé-farine-pain est créée sur le territoire. Elle rassemble aujourd'hui une vingtaine d'agriculteurs biologiques, un meunier et une douzaine de boulangers. La création de cette filière en circuit court a permis de soutenir une économie locale, durable et solidaire, assurant une traçabilité du producteur au consommateur.



ble_meunier_dapt_c_magali_amir
Épis de blé Meunier d'Apt (Magali Amir)

Une marque “Valeurs Parc” pour le pain et la farine au blé Meunier d’Apt

La marque “Valeurs Parc naturel régional du Luberon” est attribuée sur des critères bien spécifiques définis par une charte.

Les agriculteurs, le moulin Saint-Joseph et les boulangers partenaires de l’opération s’engagent à respecter les valeurs phares de la marque :

- un territoire : les variétés anciennes de blé sont cultivées et panifiées sur le territoire du Parc naturel régional du Luberon ;
- une dimension humaine : les fermes sont de dimension familiale. Les boulangers et le meunier sont des artisans disposant d’un savoir-faire traditionnel ;
- un environnement préservé et valorisé : les céréales sont produites sur des fermes pratiquant une agriculture préservant la nature, la biodiversité et les paysages.



logo_marque_valeurs_parc_luberon

Logo de la marque Valeurs Parc naturel régional du Luberon(R)

[Télécharger la plaquette Pain du Luberon \(pdf\)](#)

[Télécharger les adresses “Où trouver le pain du Luberon et la farine au blé Meunier d’Apt” \(pdf\)](#)

– Où trouver le pain du Luberon ?

- **APT - BOULANGERIE LE SAINT-PIERRE**

- **APT - BOULANGERIE LA CROISÉE DES PAINS**

- **APT - MAGASIN LUBERON BIO**

- **CAVAILLON - BOULANGERIE LE FOURNIL DES GRÈS**

- **CAVAILLON - MAGASIN CULTURES BIO**

- **CAVAILLON - MAGASIN LE SARMENT**

- **FORCALQUIER - BOULANGERIE ANDRIEUX**

- **MANOSQUE - BOULANGERIE ROUGER**

- **MAZAN - BOULANGERIE LA GLORIETTE DU TALMELIER**

- **PIERREVERT - BOULANGERIE ROUGER**

- **REILLANNE - BOULANGERIE OUVRARD**

- **RUSTREL - AU PIERROT D'ANTAN**

• **APT - BOULANGERIE LE SAINT-PIERRE**

Laurent Chaisse

04 90 04 88 83

• **APT - BOULANGERIE LA CROISÉE DES PAINS**

Jérôme Roynard

04 90 74 20 52

• **APT - MAGASIN LUBERON BIO**

04 90 74 53 75

CAVAILLON - BOULANGERIE LE FOURNIL DES GRÈS

Frédéric Genin

04 90 71 29 92

• **CAVAILLON - MAGASIN CULTURES BIO**

04 90 74 51 78

•

• **CAVAILLON - MAGASIN LE SARMENT**

04 90 71 82 62

FORCALQUIER - BOULANGERIE ANDRIEUX

Jean-Yves Andrieux

04 92 77 68 13

• MANOSQUE - BOULANGERIE ROUGER

Emmanuel Rouger

04 92 72 01 28

•

• **MAZAN - BOULANGERIE LA GLORIETTE DU TALMELIER**

Adrien Ouvier

06 23 80 86 07

Au marché de Carpentras le vendredi matin

• **PIERREVERT - BOULANGERIE ROUGER**

Emmanuel Rouger

04 92 75 84 79

• **REILLANNE - BOULANGERIE OUVRARD**

Jean-Claude Ouvrard

04 92 76 48 97

• **RUSTREL - AU PIERROT D'ANTAN**

Benjamin JOUVAL

04 90 04 95 45

— Rencontre avec...

En partenariat avec Agribio 04 et avec le soutien de la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur, des Départements des Alpes de Haute-Provence et de Vaucluse.

Photo du bandeau : Hervé Vincent.

L'ESSENTIEL

- / 1 céréale retrouvée en 1985
- / 1 filière locale blé-farine-pain depuis 2007
- / 20 agriculteurs, 1 meunier, 12 boulangers
- / 1 marque "Valeurs Parc" pour le pain et la farine du Luberon

PLUS D'INFOS

- / En savoir + sur la mise en place d'une collection de céréales locales
- / En savoir + sur la marque Valeurs Parc
- / En librairie : "Moissons de savoir" et "Vers l'agroécologie, paroles de paysans"

[Aller plus loin](#)

CONTACTEZ-NOUS

Service Agriculture-Tourisme

/ 04 90 04 42 00

Share This Story, Choose Your Platform!



ACTUALITÉ

Retrouvez les dernières actualités
du Parc naturel régional du Luberon



AGENDA

Retrouvez les dernières actualités
du Parc naturel régional du Luberon

— Vous aimerez aussi...



About our geopark

The Luberon UNESCO Global Geopark is located in the southeast of France, in Provence, close to the towns of Aix-en-Provence and Avignon....



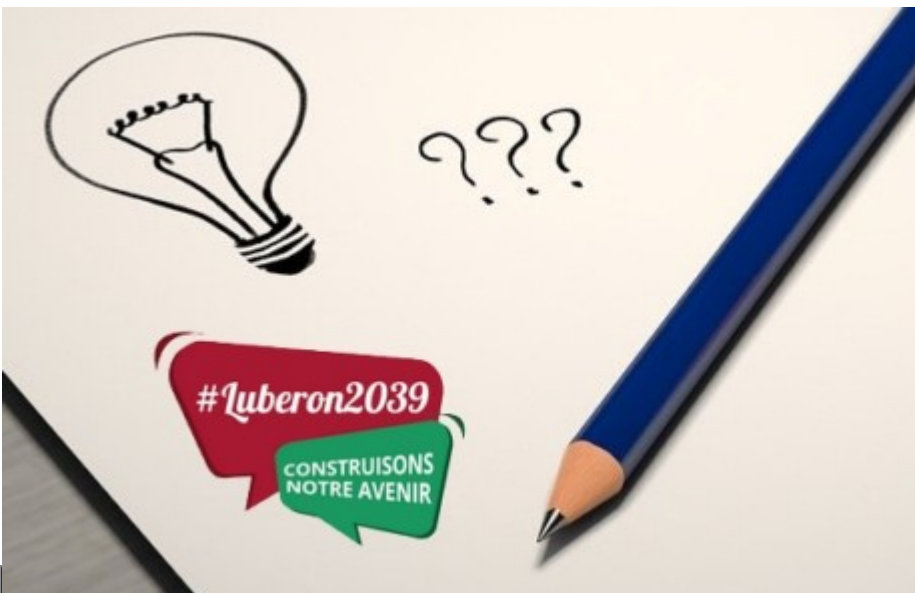
Étude du gisement fossilifère de Murs

Des fouilles historiques conduites dans les années 1920 puis en 1938 sur la commune de Murs avaient livré des fossiles de mammifères à la préservation exceptionnelle. Depuis 2017, de nouvelles...



[Consommons local en Luberon](#)

Consultez notre carte interactive pour trouver les producteurs proches de chez vous où vous approvisionner !...



[Challenge photo #Luberon2039](#)

Le Parc du Luberon a lancé la révision de sa Charte et vous souhaitez donner votre avis ?
Enfants ou adultes, participez au challenge photos #Luberon2039 et partagez votre vision...



[National Geologic Reserve of Luberon](#)

The Luberon Nature Reserve territory is internationally recognized as an area of significant importance for paleontology since the nineteenth century....



[Les magasins de producteurs en Luberon](#)

Pendant le confinement, vous pouvez commander auprès des magasins de producteurs du Luberon ! #MangeonslocalenLuberon...



[Viens dans mon Parc \(lycées territoire régional\)](#)

Dans le cadre du Plan Climat de la Région Sud, les Parc naturels régionaux mettent en œuvre un dispositif spécifique aux classes des lycées du territoire régional. Le Parc du...



[Révise ta charte !](#)

Renouvellement de la Réserve de Biosphère, révision de la charte du Parc,... le territoire Luberon-Lure entre dans une phase prospective... Comment ne pas y associer les jeunes habitants de son...



[Events, News](#)

The staff of the Luberon geopark provide guided walks and hikes to discover the natural and cultural heritage of the territory....



How to get there

Situated in southeastern France, the Luberon UNESCO Global Geopark is located in Provence, close to the towns of Aix-en-Provence and Avignon. The Geopark is easily accessible....

Photo du bandeau : © Hervé Vincent